

Optimalisasi Manajemen Waktu Belajar Siswa Melalui Metode *Time Study* di SMK Nurul Amaliyah

Josua Alexander Gultom¹, Windo Sinurat², Binsar Parulian Silitonga³

Manaor Silitonga⁴, Mananda Ture Siburian⁵

^{1, 2, 3, 4, 5} Akademi Teknik Deli Serdang

Email: josuaalexandergultom@gmail.com

ABSTRAK

Manajemen waktu yang efektif merupakan salah satu keterampilan fundamental yang menentukan keberhasilan akademik siswa, terutama di lingkungan pendidikan vokasi yang menuntut keseimbangan antara penguasaan teori dan keterampilan praktik. Namun, realitas di SMK Nurul Amaliyah menunjukkan bahwa sebagian besar siswa menghadapi kesulitan signifikan dalam mengatur waktu belajar mereka. Kebiasaan menunda tugas, ketidakmampuan memprioritaskan kegiatan, serta distraksi digital menjadi kendala utama yang berdampak pada produktivitas dan prestasi akademik. Program pengabdian ini menghadirkan metode *Time Study* sebagai pendekatan reflektif untuk membantu siswa memahami, mengevaluasi, dan merencanakan ulang pola penggunaan waktu mereka. Melalui rangkaian workshop partisipatif yang melibatkan dosen dan mahasiswa Akademi Teknik Deli Serdang, 35 siswa kelas XI dan XII dilatih mencatat aktivitas belajar, mengidentifikasi waktu yang terbuang, menyusun prioritas menggunakan Matriks Eisenhower, serta merancang jadwal mingguan yang realistis. Hasilnya, terjadi peningkatan pemahaman manajemen waktu sebesar 68,5%, dengan 88,6% siswa masuk kategori pemahaman tinggi. Lebih dari sekadar angka, siswa menunjukkan pergeseran kesadaran akan nilai waktu dan tumbuhnya rasa tanggung jawab terhadap jadwal belajar mereka sendiri. Program ini menegaskan bahwa manajemen waktu bukanlah sekadar keterampilan teknis, tetapi sebuah habitus yang dapat ditumbuhkan melalui pendampingan reflektif dan praktik berulang.

Kata Kunci: Manajemen Waktu Belajar, *Time Study*, Kedisiplinan, SMK, Habitus Belajar

1. PENDAHULUAN

Fenomena hilangnya waktu produktif di kalangan siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) telah menjadi perhatian serius dalam diskursus pendidikan vokasi kontemporer. Di SMK Nurul Amaliyah, rutinitas harian siswa kerap diwarnai oleh ketidakmampuan mengatur ritme belajar yang seimbang antara penguasaan teori dan keterampilan praktik. Waktu bergulir tanpa arah, diisi oleh aktivitas yang tidak terencana, hingga akhirnya siswa merasa kelelahan tanpa pencapaian belajar yang berarti. Cerita ini bukanlah anekdot semata, melainkan potret nyata dari krisis manajemen waktu yang mengancam kualitas output pendidikan vokasi di Indonesia. Manajemen waktu merupakan salah satu keterampilan fundamental yang menentukan keberhasilan akademik dan kesiapan kerja siswa SMK. Kemampuan mengelola waktu dengan efektif

menjadi dorongan bagi setiap individu untuk belajar dengan semangat, sehingga mereka lebih termotivasi dan tidak mudah bosan dengan materi yang dipelajari (Muzakhi, 2023). Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara keterampilan mengelola waktu belajar dengan hasil belajar siswa (Triana dkk., 2025).

Siswa yang mampu mengatur waktu dengan baik cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih tinggi, tingkat stres yang lebih rendah, serta kemampuan menyelesaikan tugas tepat waktu yang lebih baik (Zebua dkk., 2025). Sebaliknya, banyak siswa yang merasa kewalahan dalam mengelola waktu belajar karena beban tugas sekolah, kegiatan ekstrakurikuler, serta tuntutan prestasi akademik dan nonakademik yang memaksa mereka untuk mengelola waktu secara efektif (Susanti dkk., 2025). Hal ini seringkali menyebabkan siswa mengalami stres, produktivitas menurun, dan dampak negatif terhadap prestasi belajar mereka (TriRahmadani dkk., 2024). Hakikat manajemen waktu dalam meningkatkan kedisiplinan siswa SMK dapat dipahami sebagai inti atau esensi dari pengelolaan waktu untuk membentuk pola perilaku siswa yang lebih terorganisir, bertanggung jawab, dan konsisten dalam menjalankan tugas-tugas akademik maupun non-akademik (Rizal dkk., 2025). Manajemen waktu berperan penting dalam membantu siswa SMK, yang sering kali memiliki jadwal padat, untuk memahami pentingnya mengelola waktu; membentuk kebiasaan positif dan ketaatan terhadap jadwal; menumbuhkan sikap bertanggung jawab; membantu mengurangi penundaan (prokrastinasi); mengajarkan siswa untuk mengatur prioritas; meningkatkan produktivitas dan keseimbangan; serta membangun kemandirian dan etos kerja (Rizal dkk., 2025).

Data Badan Pusat Statistik (2023) menunjukkan bahwa Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) lulusan SMK masih menjadi yang tertinggi dibandingkan jenjang pendidikan lainnya, mencapai 9,31% pada tahun 2024. Kondisi ini mengindikasikan adanya kesenjangan antara kompetensi lulusan dengan kebutuhan dunia kerja yang semakin kompleks dan dinamis. Salah satu faktor yang diduga menjadi penyebab adalah kurangnya penguasaan soft skills, termasuk manajemen waktu, yang menjadi tuntutan fundamental di dunia industri (BPS, 2023). Kurangnya program edukasi yang menarik dan praktis mengenai penerapan manajemen waktu di sekolah menjadi salah satu hambatan dalam membangun kesadaran siswa (Triana dkk., 2025). Terkadang materi yang disampaikan dalam mata pelajaran oleh guru seringkali hanya sebatas teori tanpa dilengkapi dengan kegiatan praktik atau pengalaman langsung yang menyebabkan siswa tidak memiliki asupan motivasi untuk mengubah kebiasaan buruk menjadi kebiasaan baik (Susanti dkk., 2025).

Tantangan lainnya adalah persepsi atau pandangan negatif terhadap manajemen waktu sebagai beban tambahan yang harus mereka tanggung di antara tuntutan kegiatan-kegiatan lainnya (Zebua dkk., 2025). Beberapa siswa menganggap manajemen waktu adalah hal yang membosankan atau membatasi kebebasan mereka untuk bersenang-senang (TriRahmadani dkk., 2024). Akibatnya, mereka cenderung menolak dan dapat menghambat penerapan teknik-teknik manajemen waktu dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan vokasi yang secara konseptual dirancang untuk menghasilkan lulusan siap kerja justru sering mengabaikan pengembangan soft skills seperti manajemen waktu, padahal dunia kerja menuntut kedisiplinan, efisiensi, dan kemampuan mengelola waktu secara profesional (Rizal dkk., 2025). Data menunjukkan bahwa manajemen waktu memiliki pengaruh signifikan terhadap hasil belajar mata pelajaran produktif siswa SMK, yang berarti penguasaan keterampilan ini tidak hanya penting untuk keberhasilan akademik tetapi juga untuk kesiapan memasuki dunia kerja (Muzakhi, 2023).

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan tim di SMK Nurul Amaliyah pada

Januari–Februari 2026, ditemukan bahwa rata-rata siswa hanya menggunakan 40% dari total waktu belajar efektif harian untuk kegiatan produktif. Sisanya terpakai untuk aktivitas yang tidak terencana: scrolling media sosial, kebingungan menentukan tugas mana yang harus dikerjakan terlebih dahulu, atau sekadar menunggu "waktu yang tepat" untuk mulai belajar. Temuan ini sejalan dengan penelitian Halasz & Desy (1984) yang menunjukkan bahwa siswa di kelas kejuruan hanya menghabiskan sekitar 71% dari waktu kelas mereka untuk aktivitas yang relevan dengan kurikulum. Beberapa temuan kunci dari observasi awal meliputi: (1) tidak adanya kesadaran waktu di mana sebagian besar siswa tidak bisa memperkirakan berapa lama waktu yang mereka habiskan untuk suatu tugas; (2) prioritas yang kacau di mana siswa cenderung mengerjakan tugas yang paling mudah atau paling mendesak, bukan yang paling penting; (3) lingkungan yang tidak mendukung di mana di rumah siswa menghadapi distraksi digital yang masif, sementara di sekolah mereka jarang mendapat bimbingan konkret tentang pengaturan waktu. Permasalahan ini bukan hanya persoalan teknis, tetapi juga menyangkut habitus belajar yang belum terbentuk. Sebagaimana diungkapkan TriRahmadani dkk. (2024), manajemen waktu yang buruk tidak hanya menurunkan prestasi, tetapi juga meningkatkan kecemasan dan rasa tidak berdaya siswa. Tanpa intervensi yang tepat, pola ini akan terbawa hingga mereka memasuki dunia kerja, di mana efisiensi waktu menjadi tuntutan mutlak.

Program ini dirancang dengan tujuan ganda. Pada tataran praktis, kami ingin membekali siswa dengan keterampilan konkret: menyusun jadwal, memetakan prioritas, dan mencatat penggunaan waktu. Namun pada tataran yang lebih dalam, kami ingin menumbuhkan kesadaran bahwa waktu adalah aset yang dapat dikelola, bukan sekadar sesuatu yang mengalir tanpa kendali. (Siti Nurjanah, et all 2025). Manfaat program ini diharapkan menjangkau tiga lapis:

- a) Bagi siswa: mereka mendapatkan alat untuk mengurangi stres akademik dan meningkatkan rasa kendali atas rutinitas belajar. Keterampilan yang didapatkan dari pelatihan ini bukan hanya berguna selama masa sekolah, tetapi juga menjadi bekal berharga bagi masa depan untuk mengatur kehidupan sehari-hari dengan lebih baik dan mencapai tujuan jangka pendek dan panjang, baik akademis maupun pribadi .
- b) Bagi guru: program ini menyediakan metode sederhana untuk mendampingi siswa dalam mengelola beban tugas.
- c) Bagi sekolah: kegiatan ini menjadi bagian dari penguatan pendidikan karakter dan soft skills yang relevan dengan kebutuhan industri.
- d) Bagi perguruan tinggi, khususnya Akademi Teknik Deli Serdang, kegiatan ini menjadi wujud nyata pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi melalui sinergi antara dosen, mahasiswa, dan masyarakat pendidikan (Agustin ekadjaja et all 2025).

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang menggunakan pendekatan participatory action learning, bukan sekadar ceramah, tetapi proses di mana siswa menjadi aktor utama dalam menggali dan memperbaiki kebiasaan mereka sendiri. Aktivitas dirancang agar siswa tidak hanya mendengar, tetapi juga melakukan, mencatat, dan merefleksikan.

2.1. Lokasi, Waktu, dan Peserta Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan secara langsung di SMK Nurul Amaliyah, Kecamatan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang, pada tanggal 25 Juni 2026. Peserta kegiatan terdiri atas 35 siswa kelas XI dan XII, didampingi oleh 6 dosen ATDS dan 5 mahasiswa ATDS. Kegiatan dipusatkan di laboratorium komputer dan ruang kelas sekolah guna mendukung pelaksanaan workshop dan praktik.



Gambar 2. Ruang Laboratorium Sekolah SMK Nurul Amaliyah

2.2. Rangkaian Tahapan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang secara sistematis, terstruktur, dan berorientasi pada pencapaian luaran pembelajaran manajemen waktu yang terukur. Kegiatan dibagi ke dalam empat tahapan utama yang saling terintegrasi, yaitu tahap persiapan, tahap sosialisasi dan pemberian materi, tahap workshop dan praktik terbimbing, serta tahap evaluasi dan refleksi.

Tabel 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Tahap	Kegiatan Utama	Tujuan
Pengantar Reflektif	Diskusi terbuka tentang "ke mana perginya waktu sehari-hari" tanpa menghakimi	Memunculkan kesadaran awal bahwa waktu perlu dikelola
Pengenalan Time Study	Demonstrasi mencatat aktivitas dalam blok waktu 30 menit; siswa diminta meniru untuk satu hari	Memberi keterampilan dasar mengamati pola waktu sendiri
Workshop Prioritas	Latihan Matriks Eisenhower: memilah tugas penting vs mendesak; siswa mengelompokkan tugas mereka sendiri	Membangun kemampuan membedakan urgensi dan kepentingan
Penyusunan Jadwal	Masing-masing siswa merancang jadwal mingguan dengan memasukkan waktu belajar, istirahat, dan aktivitas lain	Mengubah kesadaran menjadi rencana aksi nyata
Refleksi Bersama	Siswa mempresentasikan jadwalnya, saling memberi masukan, dan berkomitmen menjalankan selama satu pekan	Memperkuat akuntabilitas dan membangun komunitas belajar

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara kuantitatif, program ini mencatat peningkatan yang menggembirakan. Rata-rata pemahaman siswa tentang manajemen waktu meningkat dari 2,2 menjadi 4,0 (skala 1-5), dengan persentase peningkatan 68,5%. Sebanyak 88,6% siswa mencapai kategori pemahaman tinggi pada evaluasi akhir.

Tabel 1. Peningkatan Kompetensi Manajemen Waktu Siswa

Aspek	Pra	Pasca	Persentase (%)
Menyusun prioritas tugas	2,1	4,0	+90,5
Mengidentifikasi waktu terbuang	2,2	3,9	+73,3
Membuat jadwal realistis	2,0	4,1	+105,5
Percaya diri mengatur waktu	2,5	4,3	+72,0

Namun, yang lebih menarik adalah perubahan kualitatif yang muncul dari refleksi siswa dan catatan fasilitator. Beberapa pola perubahan yang teramati:

- Kesadaran yang Bergerak dari Luar ke Dalam Pada awal sesi, sebagian besar siswa menganggap waktu sebagai sesuatu yang "diberikan" oleh jadwal sekolah. Mereka tidak menyadari bahwa waktu di luar jam sekolah—yang jumlahnya hampir dua kali lipat—sebagian besar terbuang percuma. Setelah mencatat aktivitas harian, banyak siswa terkejut. "Ternyata saya main TikTok hampir 3 jam sehari," ungkap salah satu peserta. Kesadaran ini menjadi pintu masuk perubahan. Seperti diungkapkan dalam penelitian, banyak siswa yang tidak tahu bagaimana cara mengorganisasikan hari mereka atau membuat jadwal belajar yang efektif, sehingga hal tersebut membuat mereka kewalahan dan tertekan dengan tugas-tugas yang menumpuk
- Prioritas Tidak Lagi Menakutkan Matriks Eisenhower yang diajarkan membantu siswa membedakan tugas yang penting dan mendesak. Sebelumnya, mereka cenderung mengerjakan tugas berdasarkan kedekatan tenggat, bukan tingkat kepentingan. Setelah latihan, siswa mulai mampu memetakan tugas-tugas sekolah: mana yang harus segera dikerjakan, mana yang bisa dijadwalkan, mana yang bisa didelegasikan, dan mana yang harus dieliminasi. Dengan matriks ini, siswa dapat lebih mudah memilah dan membuat kategori terhadap aktivitas-aktivitas yang harus dikerjakan dan bagaimana aktivitas tersebut harus dilakukan dengan adanya aktivitas lain.
- Jadwal sebagai Komitmen, Bukan Beban Salah satu kekhawatiran awal siswa adalah bahwa jadwal akan membuat mereka kehilangan kebebasan. Namun dalam praktiknya, siswa yang menyusun jadwal sendiri justru merasa lebih tenang. "Saya jadi tahu kapan harus belajar dan kapan boleh main. Tidak bingung lagi," komentar seorang siswa. Ini menunjukkan bahwa struktur justru memberikan rasa aman, bukan belenggu (Zebua dkk., 2025). Dengan time management, siswa menjadi memiliki tolak ukur untuk melakukan kegiatan dan memiliki waktu yang teratur.
- Peran Pendamping yang Memperkuat Mahasiswa ATDS yang bertindak sebagai fasilitator terbukti menjadi jembatan efektif antara dosen dan siswa. Mereka lebih

mudah diakses, bahasanya lebih dekat, dan kehadiran mereka membuat siswa tidak merasa dinilai atau dihakimi. Suasana belajar yang inklusif dan egaliter ini menjadi faktor penting dalam keberhasilan program. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik problem solving efektif dalam meningkatkan kemampuan siswa mengelola waktu belajar, di mana siswa menunjukkan peningkatan pemahaman tentang pentingnya mengelola waktu belajar dan meningkatkan kedisiplinan diri mereka terkait waktu.



Gambar 2. Foto Bersama Dosen, Mahasiswa Akademi Teknik Deli Serdang dan Peserta Siswa SMK Nurul Amaliyah Deli Serdang

4. KESIMPULAN

Program pengabdian ini membuktikan bahwa metode Time Study bukan hanya alat teknis untuk mengukur efisiensi, tetapi juga instrumen pedagogis untuk membangun kesadaran diri siswa tentang bagaimana mereka memperlakukan waktu. Ketika siswa diajak untuk "melihat" waktunya sendiri, mereka tidak hanya belajar mengatur jadwal, tetapi juga belajar tentang tanggung jawab, disiplin, dan harga diri. Peningkatan pemahaman yang signifikan hingga 68,5% serta kemampuan siswa menyusun prioritas dan jadwal membuktikan bahwa mereka mampu mengelola waktu jika diberi metode dan pendampingan yang tepat.

Namun, keberlanjutan tetap menjadi isu kunci. Tanpa penguatan rutin dan dukungan lingkungan, kebiasaan baru ini akan rapuh. Hakikat time management dalam meningkatkan kedisiplinan siswa SMK adalah menciptakan kebiasaan positif, kesadaran diri, dan tanggung jawab yang memungkinkan siswa mengatur waktu secara efisien. Dengan manajemen waktu yang baik, siswa tidak hanya menjadi lebih disiplin tetapi juga lebih siap menghadapi tuntutan dunia kerja yang membutuhkan ketepatan waktu, produktivitas, dan kemampuan prioritas.

Untuk memastikan dampak yang berkelanjutan, disarankan beberapa langkah strategis bagi institusi pendidikan dan pemerintah daerah:

- a) Penguatan melalui Kurikulum Tersembunyi Manajemen waktu tidak harus menjadi mata pelajaran baru, tetapi dapat diintegrasikan ke dalam kegiatan Bimbingan Konseling, Proyek P5, atau bahkan sebagai bagian dari tugas lintas mata pelajaran. Penyusunan materi dan metode pengajaran yang dapat digunakan

- oleh mitra dalam memberikan pengajaran berkelanjutan kepada para murid terkait pentingnya manajemen waktu menjadi penting untuk dilakukan .
- b) Program "Satu Minggu Sadar Waktu" Sekolah dapat memulai gerakan sederhana: satu minggu di mana seluruh siswa mencatat aktivitas harian dan merefleksikannya di kelas. Ini bisa menjadi budaya tahunan.
 - c) Kerjasama dengan Orang Tua Sekolah perlu mengirimkan panduan singkat kepada orang tua tentang cara mendukung anak mengelola waktu di rumah, misalnya dengan menyediakan sudut belajar bebas gawai pada jam tertentu. Keterlibatan orang tua sangat penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif .
 - d) Pendampingan Berjenjang dari Mahasiswa Mahasiswa ATDS dapat dilibatkan dalam program magang atau KKN tematik untuk melakukan pendampingan jangka panjang, memantau implementasi jadwal siswa, dan memberikan umpan balik berkala .

DAFTAR PUSTAKA

1. Akhmad Syarif H, . (2013) Hubungan Keterampilan Mengelola Waktu Belajar Siswa Dengan Hasil Belajar Akuntansi Siswa Kelas Xi Pada Program Studi Akuntansi Di Smkn 13 Jakarta. Sarjana Thesis, Universitas Negeri Jakarta.
2. Agustin Ekadjaja, Michellia Milefica, Caroline Hillary,.(2025) Menguasai Waktu Dan Perencanaan Keuangan: Strategi Efektif Untuk Siswa Berprestasi, Jakarta.
3. Siti Nurjanah, Hayub Syahputri, Karimatul Asyifah, Shodokin,.(2025) Penguatan Disiplin Belajar Melalui Integrasi Manajemen Waktu Dalam Pembelajaran Pai.
4. Dian Trihmadani, Siti Fitriani, Alis Nithalin,.(2024) Upaya Meningkatkan Manajemen Waktu Melalui Bimbingan Klasikal Model Project Based Learning (Pjbl) Pada Siswa Kelas X Jurusan Pplg Smk Negeri 02 Semarang.
5. Badan Pusat Statistik. (2023). *Jumlah pengangguran menurut tingkat pendidikan di Indonesia*. BPS
6. Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Utara. (2024). *Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) Provinsi Sumatera Utara*. BPS Sumut.
7. Badan Pusat Statistik Kabupaten Deli Serdang. (2024). *Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja (TPAK) Kabupaten Deli Serdang Agustus 2024*. BPS Deli Serdang.
8. Silitonga, M., Gultom, J. A., Siburian, M. T., & Napitupulu, A. (2023). Mengenalkan Bisnis Digital Kepada Peserta Didik di SMK Harapan Bangsa Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang. *Karya Unggul*, 2(2), 30-35.
9. Gultom, J. A., Napitupulu, A., Silitonga, M., Sinurat, W., Siburian, M. T., & Naibaho, R. (2023). Meningkatkan Pemahaman Siswa SMK Harapan Bangsa Untuk Keterampilan Teknik Pelatihan Sepeda Motor. *Karya Unggul*, 3(1), 28-32.
10. Pemerintah Kabupaten Deli Serdang. (2024a). *Potensi unggulan daerah Kabupaten Deli Serdang*.
11. Halasz, I. M., & Desy, J. (1984). *Managing Learning Time: A Vocational Educator's Handbook*. National Center for Research in Vocational Education, Ohio State University
12. Muzakhi, A. (2023). Pengaruh antara manajemen waktu dan fasilitas belajar dengan tingkat motivasi dan prestasi belajar siswa SMK [Skripsi]. Universitas Negeri Malang.

13. Rizal, A. S., Nurjaya, & Ali, F. (2025). Time Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa SMK. *Pekodimas: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 5(1), 53-61.
14. Susanti, F., Putri, D. J., Maryati, E., & Syahril, R. A. (2025). Pengabdian Kepada Masyarakat Penguatan Disiplin Dan Manajemen Waktu Siswa/Siswi SMK Darur Roja sebagai Bekal Memasuki Dunia Industri. *Jurnal ABDIMAS Bina Mandiri*, 3(2).
15. Triana, H., Kamaludin, & Nahrowi, A. (2025). Pentingnya Manajemen Waktu Bagi Siswa dalam Meningkatkan Produktivitas Belajar. *Jurnal Dedikasi Abdi Masyarakat*, 1(1), 1-8.
16. TriRahmadani, D., Fitriana, S., & Nihlatin Nisa, A. (2024). Upaya Meningkatkan Manajemen Waktu Melalui Bimbingan Klasikal Model Project Based Learning (PjBL) pada Siswa Kelas X Jurusan PPLG SMK Negeri 02 Semarang. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Profesi Guru*, 2(1), 27-31.
17. Zebua, T., Azhani, M., & Susanti, S. (2025). Pengabdian Masyarakat kepada Siswa Hubungan Pengetahuan Manajemen Waktu dengan Produktivitas Siswa dalam Proyek Sekolah SMK Mulia Buana Bogor. *Jurnal ABDIMAS Bina Mandiri*, 3(1).